ACADEMIA NACIONAL E INTERNACIONAL
DE LA POESÍA DE LA SMGE
SEDE MUNICIPIO DE TOLUCA, MÉXICO

SABOR A SEXALESCENCIA

COMPILADORA:

Ana María Alicia Cordera Rivera

JUNIO DE 2022

Esta Antología fue editada por
E.M.L.E.C. de Tehuacán, Puebla,
México. el 15 de Junio de 2022
Responsable de la edición:
Guadalupe Martínez Galindo
lupitaeditorialista@gmail.com
La propiedad intelectual del
contenido de esta obra es
exclusiva de sus autores.

A G R A D E C I M I E N T O

Academia Nacional e Internacional de Poesía

de la SMGE sede Municipio de Toluca, Méx.

Agradece profundamente a la

Mtra. Guadalupe Martínez Galindo

por su apoyo en la realización

de esta antología.

Introducción

Una vez más, la Academia Nacional e Internacional de Poesía capítulo Toluca, que preside la poeta Ana Alicia Cordera, pone a consideración del ojo visor poético la Antología Sabor a Sexalescencia en donde se han dado cita, un gran número de poetas nacionales y extranjeros, abordando un tema de actualidad. Si bien, llegar a la llamada "tercera edad" es un parteaguas en la vida de cualquier persona, hombre o mujer, esta nueva etapa reviste una gran importancia y relevancia para quien se propone disfrutar de una existencia plena, con la sabiduría que da el paso el tiempo, con la templanza que regala la experiencia, con la proyección que brinda sin duda, ese elixir de juventud en la forma filosófica de afrontar nuevos retos. Las áreas de oportunidad se convierten en fortalezas potenciadas en cualquier ámbito, ya no es una carrera frenética con el tiempo, es un paso a trote con actitud positiva, sabedores de que son protagonistas de una nueva generación, dejando atrás ese término compasivo que hace alusión a la tercera edad o a la palabra sexagenarios. En pleno siglo XXI, aun con los estragos de una pandemia, esta nueva genera-

ción se erige colosal y se vincula a todo aquello que ha roto con estereotipos pasados y que se referían a la vejez como el último estertor de la vida. Por el contrario, grandes obras literarias, musicales, pictóricas, científicas, culturales, etc., corresponden a la creatividad de esta generación. Tienen muy claro que la vida y su autenticidad es "ahora", que el pasado es un cúmulo de recuerdos y el futuro es tan incierto que no gastan energía en preocuparse por ello. La tecnología ha contribuido a interrelacionarse a distancia con más personas que piensan igual, por lo que la retroalimentación de temas y actividades los llevan a sentirse plenos y felices. Esta antología, precisamente tiene como objetivo, el compartir a través de las letras, ese caudal enriquecedor de todos y cada uno de los que intervienen. La posibilidad de envejecer es un acto mental que no tiene cabida en el hacer práctico, la independencia profesional y económica, así como el ejercicio de nuevos proyectos, les permite una vida saludable, educada, transformadora e inspiradora. Los estilos de vida están basados en el cuidado de la salud física y mental, en cosechar el mayor número de experiencias renovadoras y reflexivas. Son amantes de la naturaleza, de la buena y amena charla, tienen dominio de las

emociones y en su interior yace un espíritu rebelde y aventurero. Esta convocatoria, cuyo eco fue atendido por poetas y escritores del mundo, deja constancia de un hecho trascendente y ejemplificador a esas otras generaciones que tienen un ancho trecho por recorrer. La introspectiva a la carótida poética de esta obra, nos permiten tripular los viñedos de la estética y la belleza del lenguaje. La poesía, como madre de las bellas artes, testimonia en esta ocasión, el devenir histórico de una población que cada vez más, agiganta sus perspectivas existenciales. A fin de cuentas, la vida es un inmenso paracaídas que pende de la tilde estacionaria del universo, con su paradoja de arenas movedizas donde los sueños saltan la ligadura de lo imposible, hasta el punto occiso de ir por el pavimento de las estrellas. Hombres y mujeres, en la astrología de la palabra, iluminados por ese faro que derrama la saciedad del verso hasta asirlo al vocablo infinito. Sabor a Sexalescencia es una antología donde coincide la genuina conversión del tiempo y el infatigable sentido de la felicidad.

Norma Pérez Jiménez
Presidente de la Academia Nacional e Internacional de Poesía capítulo Estado de Hidalgo.

INDICE

Norma Pérez Jiménez	6
Alba Emilse Gaviria Méndez	10
Alianet Bravo Rodríguez	12
Alisia Zavala Hernández	14
Alonso Dávila Sira	16
Ana María Alicia Cordera Rivera	18
Ana María León Fernández	20
Ana Olga Hernández Osorio	22
Anayeli López Ayala	24
Aurora Fuentes Rodríguez	26
Azucena Herminia Piña Guadarrama	28
Benito Sánchez Colín	30
Bernabé Vallejo Olvera	32
Carlos Mitru	34
Constanza Eugenia Muñoz Flórez	36
Danith Urango Tuiran	38
Delfina Ahuatzi Reyes	40
Dora Luz Muñoz de Cobo	42
Elizabeth David Puerta	44
Francisco Javier Arce Peralta	46
Gabriela Ladrón de Guevara de León	48
Georgina Cuartas Cadavid	50
Gerardo María Giraldo Pérez	52
Gloria Elena Gutiérrez Ortiz	54
Guadalupe Martínez Galindo	56
Inés Rodríguez Calderón	58
Jocabeth Vázquez Aguilar	60
José Antonio Benítez Buais	62

José Cruz Omar Zacatelco Sánchez	64
Josefina Jaimes Salazar	66
Juan de Jesús Reyes Medina	68
Julio César Torres Cantú	70
Leticia Guzmán Guerrero	72
Liliana Chuzeville Córdoba	74
Liliana de la Vega	76
Lorenzo Mondragón Salas	78
Luis Fernando Quiroz Avendaño	80
Luz Micaela Castillo Ramírez	82
Mayte Vázquez Maldonado	84
Martha Inés Vélez	86
Miguel Ángel Villanueva Vargas	88
Miriam Torres Bonnet	90
Nauro Torres Quintero	92
Noemí Galarraga	94
Norandino Aranda Palomino	96
Olga Magallanes de la Rosa	98
Raquel Jiménez Díaz	100
Saúl Sánchez Toro	102
Sergio Morett Manjarrez	104
Virginia López	106
Vladimir Tobón	108
Washington Félix Bonilla Chasiluisa	110
Zaida Juárez	112
Amir Gómez León	115

ALBA EMILSE GAVIRIA MÉNDEZ,
Colombia, :

Soy autora del libro de poesía Luz del ser (Hilo de Plata, 2019). Participe en la publicación colectiva 2 dos libros Taller de creaciones literarias: muestra de trabajos. Taller de creaciones literarias: muestra de trabajos 2 (Universidad de Antioquia, 2014-2016).

EL SABOR DE MI SEXALESCENCIA.

La carga lívida de mi tiempo para vivir,
hacen que la pulsión
de la vida y la muerte
se vuelven una.

He completado mi ciclo vital,
llegue a la cima de la montaña.

Mi mundo es cósmico,
el cambio y la trasformación,
me lleva a ser
una tierra seca pero fértil.

Estoy aquí
en el presente,
soy oriente y occidente
esa nota exótica
donde lo femenino
y masculino
se entremezclan.

Soy esencias florales,
dulces y cítricas,
picantes y afrutadas.

Soy libre
para hacer
lo que quiero ser.

Por eso me pregunto:
¿La eterna juventud para qué?

Alba Emilse Gaviria Méndez

ALIANET BRAVO RODRÍGUEZ

Nací en la Habana, Cuba. Descubridora de este mundo de letras donde encuentro caminos infinitos que recorrer. Participé en la Antología Poética de la Red Némesis Colombia y en las Revistas Santuario del Alma y Azahar, ambas digitales.

CÁNTICO DE ANCIANOS SENTIMIENTOS…

Entre cuarteada piel y años acumulados
Hay en mi pecho un corazón solicitando,
Carne y deseo, fulgor de besos y canasta de anhelos,
Hay vida en mis venas, hay flujo de sentimientos
Y si fuera poco, hay nostalgia que precisan de un te quiero.

Jamelgos con brío, aún encendemos las llamas tardías
De esa hoguera que necesita sentir un torrente de lluvia,
Cuando entre cálidas manos nuestras pieles hacen gala
De caricias que se alejan de la amabilidad consternada.

¡ Vamos trotando! Ha quedado sentenciado
Esos pensamientos que nos llevaban a sentarnos,
Hoy corro indiscreto como cuando era muchacho,
Mis pasos son lentos, despreocúpate voy con cuidado,
Pero acumulo tesoros que en la juventud
Me eran tan ajenos que ahora tomo mis velas,
Y surco sin tener miedo.

Rocinante esperanzado porque la tierra ha rotado
Mis cascos no se toman el retiro esperado,
Y siguen bailando mis trémulos pies descalzos
Cuando su cintura se arquea al gemir de tibio abrazo.

Un arcoíris de espera porque algunos creen
Que estoy desvariando, la senilidad se queda
Entre arbustos dislocados, porque te digo mi nieto,
Mi espíritu aún recuerda el sabor de la miel en sus labios.

Alianet Bravo Rodríguez

ALISIA ZAVALA HERNÁNDEZ

Mexicana, nació en el estado de Michoacán, es Licenciada en Psicología egresada de la Universidad Autónoma de México. Miembro activo de la Academia Nacional e Internacional de la Poesía A.C. de la SMGE. Cofundadora de la Academia Nacional e Internacional de la poesía, sede CDMX. Escritora, poeta y compositora,

SEMILLA EN EL SURCO

Semilla en el surco soy. Dispuesta a germinar estoy
con mi mejor herramienta forjaré, mi vestimenta.
Con conocimiento y talento empezaré, desde adentro.

Éste es el mejor momento, con mente diáfana, transparente
construiré la gran simiente. Los ingredientes, ya están
y muy bien, seleccionados: una voluntad férrea,
entusiasmo al por mayor, alegría y el aceite del amor.

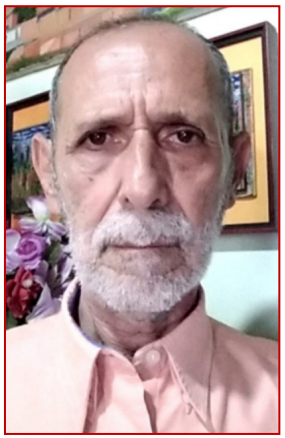
Y con estos elementos, diseñaré, buenos momentos
para quitar lo que estorba. Empezaré por los años
que a veces, nos hacen daños. Porque de pronto,
cualquier novedad resulta. Y empiezan a darnos lata:

"Mira nada más como vienes", "Pero tú que nunca entiendes"
"La ciática ya te dio, la rodilla se afectó, agarra ya tu bastón
y tómate la presión"
Y luego con otro cuento, para completar la historia,
Disque de la tercera edad.
Escuchen muy bien señores, somos adultos mayores
viviendo tiempos mejores, nada que de la tercera edad.

Mil veces ser de primera.
Vamos a brillar en primavera, a resonar en verano
a descansar en otoño y a soñar en el invierno
No vivir en un infierno.

Salgamos a caminar, a cantar y hasta bailar
y si el amor, tú te encuentras, da las gracias a cupido
y déjate flechar…el alma nunca envejece,
es tiempo de disfrutar.

Alisia Zavala Hernández



ALONSO DÁVILA SIRA

República Bolivariana de Venezuela. Médico, poeta y escritor de la Asociación de escritores de Venezuela y de la Sociedad de Escritores de Argentina. Miembro Distinguido de la Academia Nacional e Internacional de la Poesía de la Sociedad Mexicana de Geografía y Estadística, sede municipio de Toluca , estado de México.

SOY POETA

Soy de tercera edad y
a mis iguales invito
al mundo de la virtualidad.
Llegué a él, por la vil y mortal pandemia.

Fueron mis profesores
mis dos bellas nietas,
del celular sólo sabía
llamar y contestar…
de todos los lugares.

Y gracias a ellas, me comunico
con ustedes y con poetas
de todos los lugares, ciudades y países.

Con mis amigos invisibles
platico y viajo,
aprendo de historia, geografía o literatura.

Leen mis poemas y yo los de ellos,
y de las maravillas del zoom,
¡No les puedo explicar lo maravilloso que es!

Amigos sexacelentes,
los invito aprender y
andar en la virtualidad.

Alonso Dávila Sira

ANA MARÍA ALICIA CORDERA RIVERA

Nacionalidad mexicana. Presidenta de la Academia Nacional e Internacional de la Poesía de la Sociedad Mexicana de Geografía y Estadística, sede municipio de Toluca, estado de México. Publicó el libro “Fuego y Nostalgia” y la plaquett “Geografía del Sentimiento”. Escribe en un sinnúmero de antologías, periódicos y revistas de España, México y Sudamérica.

“ADIÓS HISTORIA”

Así comentan en la calle ¿“La chaviza”?
Y soy patrimonio de mi tierra verde
que me vio nacer, con disciplina
la cual trasciende a la inteligencia
cuando mi armonía es prioridad.
Ciertamente, lo confieso, mi arquitectura
se quiere desquebrajar, más ¡Celebro la vida!
Visto de motivación mi día
y la cornisa de mi mente positiva abrazo
con lecturas de Goethe, Darío Unamuno
y el Quijote con su escudero
quienes graban en mi alma, “Señor,
oigo los perros ladrar, vamos Sancho,
señal de que cabalgamos”
Aplaudo mi sexagenaria edad
y tiemblan aquellos que acallan mi voz,
al verme bailar, sonreír, crear, subir, gritar o bajar,
porque mi madurez, ¡Florece!
Entre una mezcla de soledad en compañía
y construcción de esencia olor a resistente madera.
Cual velero que indica la dirección del viento,
me aferro a la expresión del tiempo y salgo a caminar,
agradecer al planeta azul, a mis ancestros
y a endulzar la historia que duerme ya.

Ana María Alicia Cordera Rivera

ANA MARÍA LEÓN FERNÁNDEZ,

Conocida artísticamente como: Ana León. Nacida el 31 de agosto de 1971 en Málaga, España. Participé con la lectura de mis poemas en Úbeda VI Encuentro internacional 2019 y Festival Nacional de poesía 2019 en la ciudad de M´diq en Marruecos.

UN NUEVO DESPERTAR

No soy un cayado para el camino,
ni profeta ante el abismo,
quiero ser lucero,
voz al unísono.

Gaviota que emprenda vuelo,
vida que tenga sentido,
oasis en un desierto,
dirección sin un destino.

Palabras elocuentes,
mano para un amigo,
sueño que nadie apague,
quiero sentir mi sino.

Viviendo como cualquiera,
amando cada detalle,
caminando por una acera,
o lugar que me ampare.

Ana María León Fernández

ANA OLGA HERNÁNDEZ OSORIO.

Poeta de Medellín Colombia, integrante de varios colectivos culturales locales, nacionales e internacionales. Escribe para la OMG, la UHE, para Asolapo Argentina, de la cual es miembro honorífico, sus poemas están en varias antologías de: Chile, México, Venezuela, Colombia, España.

SILENCIOS Y OLVIDOS

Dormidos silenciosos en peñascos de olvido,
nacidos entre nubes brillantes del alba,
bajo arrullos azules de cielo escondido,
allá en la distancia como erguida palma.

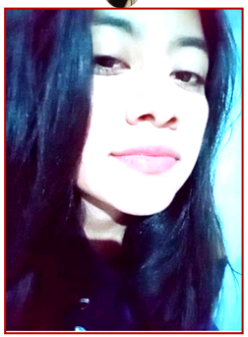
Suaves nostalgias cubiertas de opacos olvidos,
brumas de silencio allá en la hondonada,
recorren caminos, atajos muy coloridos,
dando sencillo descanso a mi mente cansada.

Largos silencios, palabra ausente, solitaria,
olvidos de caricias, besos, abrazos de amor
de tardes azules, noches de luna plenaria
instantes vividos de dicha con paz interior.

Silencio abrumador que va enfriando el alma
recuerdos amorosos sepultados en olvido,
añoranzas del pasado colmadas de calma
viejos parajes distantes, muy lejos del nido,

gratos silencios de alegrías y dichas olvidadas
espesa neblina de silencios y olvidos
que nublan el cielo de añoranzas pasadas
pensamientos distantes, tristes ateridos.

Ana Olga Hernández Osorio



ANAYELI LÓPEZ AYALA

Originaria de San Miguel Milanaltepec, guerrerense de corazón, nació el 13 de julio de 1998. Docente, egresada de la escuela Normal Regional de la Montaña, también dedica parte de su tiempo al baile folklórico, gusta de viajar por el camino de la palabra.

DONDE ESTABA MI CORAZÓN

Miraba mi corazón
En esta noche fresca cual vino tinto espera,
el aire reseca mis labios y en la orilla sentado
la laguna que atestigua me invita a lo lejos
aquí en la casa de tejados.

Cubierto del reboso de la abuela
aun con su tibieza de su cuerpo
confundo sus palabras con el manto de estrellas
y cada nube es un regaño un regalo de su amor,
nada puede apagar todo el conjunto de belleza
es inimaginable algo que mi Ser siente
y mis ojos ven todo debajo de la luna.

Llega la mañana
y al abrir la ventana
se abren los sueños acantilados
la brisa y el canto de los pájaros,
me lleno del amor,
rodeado de enormes montañas,
cual coronas las enormes nubes,
que testigo mi corazón,
ilumina de verdor la flor.
Pensando, miraba mi corazón,
y lanzando un suspiro
observé el vuelo de las golondrinas,
cuales cortaban las nubes matutinas,
y en mi reflejando el corazón
el cielo azul
y la laguna de nuevo.

Anayeli López Ayala

AURORA FUENTES RODRÍGUEZ

Escritora y gestora cultural. Originaria de Ciudad de México, actualmente radica en Tuxpan Veracruz. Ha publicado tres novelas; es coautora de la novela “El Enigma Buenaventura”. Ha participado en más de cien antologías nacionales e internacionales de cuento y poesía.

DECISIÓN INAPLAZABLE

Con pasos enclenques y con la neblina que oscurece el sumiso firmamento, es el impostergable camino plomizo que dispone anónimos cielos; la bruma muda con los fanales de espesos sollozos se desborda con insípido sufrimiento que no caben en un beliz repleto de bulliciosos quebrantos, es el celaje de cacharros de una oxidada vida de estúpidos sinsabores. Un torcido reloj ha doblado los brazos para dar maratón de huida a las agotadas horas –¿Será que me comprende?¡Sí!– La resolución insoslayable, es la fuerza de una urgente escapada en alas de una deidad; y, el zanjar apremiantemente abre surcos que me llevan a un nuevo hogar, es conducirme en humo tenue a una danza ligera al compás de una canción interpretada por Jon Secada: ...♫ [...La noche está cayendo ahora/ Así termina este día/ El camino está llamando ahora/ Y debo marcharme/ Sobre la colina y debajo del árbol/ A través de tierras donde nunca ha brillado la luz/ Por arroyos de plata que corren hasta el mar... (traducción)] . El chirriar de esa resolución apremiante de inhalar dependencia, pero, sin odiados lazos, es enjuagar una ebria oquedad cancerígena de vicios que espeluznan en una tarima de inseguridad. Las hojas sueltas bailan, pestañeando afirmativamente la agraciada elección... el asilo me espera.

Aurora Fuentes Rodríguez

AZUCENA HERMINIA PIÑA GUADARRAMA

Poeta y escritora de múltiples textos desde la edad de 19 años, actualmente secretaria de la Academia Nacional e Internacional de la Poesía de la SMGE, sede Municipio Tenango del Valle, Estado de México. Escritora de diversos poemas publicados en Antologías de la ANIP sede Toluca de Lerdo y Tenango del Valle.

MOCEDAD EMPÍRICA A TRAVÉS DEL TIEMPO

El tiempo avanza, es verdad
y dejamos huella al pasar
la experiencia adquirida
nos ha permitido lograr
encaminar los sueños
y la sonrisa enmarcar.

Mi alma grita más, no quiere parar
la adrenalina presente pide mas
la edad sólo es un numero
Que no frenara mi sed de conquistar el mundo.

Agonizante la idea de quedarme sentada
mi mente trabaja y quiere batalla
los errores vividos nos engrandecen
damos consejos cuerdos y algunos dementes.

Vivir la vida a tu manera
rompe paradigmas en todas las eras
formando cimientos con tu crecimiento
siendo un ejemplo en todos los tiempos.

Llámame loca por ser tan propia
pero así es la vida, la vida mía
libre en todo terreno
esperando nuevos retos
arriesgándome sin temor y freno.

Sentimientos giratorios, extasiados sin control
demostrando valentía, gozo y pasión
encapsulando etiquetas, incongruentes y necias
que limitan la libertad y profundidad
explotémoslas haciendo
lo que la razón y emoción dictan.

Azucena Herminia Piña Guadarrama

BENITO SÁNCHEZ COLÍN

Escritor y poeta originario del Estado de México, nació el 4 de abril de 1958, en la comunidad de Tecoac, Municipio de Atlacomulco, México. Ha publicado 5 libros, de los cuales tres son de poemas, uno de deportes y otro más de Historia.

DESPERTAR.

Qué hermoso es volver a despertar,
y realizar con gusto cada actividad,
haciendo bien las cosas para amar,
veremos la vida con paz y claridad.

Imploro amanecer entre tus brazos,
para manifestar lo que por ti siento,
afianzando fielmente nuestros lazos,
¡Juntos aspiramos el mismo aliento!

Hoy despierto lleno de esperanza,
con la ilusión de ser más positivo,
necesito un poco de fe y confianza,
para comenzar el día feliz y activo.

Despertar a tu lado es cosa sublime,
no imaginé rodearme de tanta dicha,
estando junto a ti nada me deprime,
al instante ahuyentas una desdicha.

Cobijando con mis brazos tu silueta,
obliga a no dejar el lecho y levantar,
permaneciendo por demás inquieta,
incita tu ternura un suave despertar.

Amanecer contigo ¡Es maravilloso!
fascinante intervalo no ceses jamás,
cómplice de sentimiento caprichoso,
¡sólo tú mi bien junto a mí lo sabrás!

Benito Sánchez Colín

BERNABÉ VALLEJO OLVERA.

Nace en Paso del Macho, en Octubre 8 de 1963 en el centro de Veracruz pero es papanteco, por decisión y adopción propia. Comunicólogo desde hace 35 años, ha sido docente, funcionario público y organizador de diversos eventos sociales y culturales. Actualmente, es Presidente de la ANP SEDE PAPANTLA,

CANTO DE LOS ABUELOS…

Sentados en su silla, esperando la últimas hojas,
caer de un otoño, que empezó a olvidarse,
un crudo invierno, que yace, amenazante;
saber, que letargo; haber vivido…

Sonrisa… infantil, borrada en el antaño,
volver a encontrarse en un rumbo perdido,
añoranza de juegos infantiles,
en el final del caminar,
como las horas al tiempo…

Pensando, solamente… queriendo;
borrar cada borrasca y enterrarla en el olvido,
dejar de pelear, en cada momento,
atesorando cada latido…

Gritos al viento, juventud, arrancada
en las nubes; señoras del cielo,
permítanme, ser su señuelo…

Cantos de los Abuelos, ser su arpegio,
con cada nota, arrancada del libro;
Heredero de la Sabiduría Ancestral…
Respuesta, intangible de la pregunta eterna,
emitida por el Oráculo de Delfos;
sabiduría, encontrada en las arenas del tiempo…

Mover las manos
en sus desparpajados movimientos,
ritmo alocado, sin sentido alguno;
marcado con el ritmo del alocado corazón…

Dejando, sueños;
caminos llenos de recuerdos…

Bernabé Vallejo Olvera

CARLOS MITRU

Nació en CDMX, 1976. Licenciado en Derecho, Escritor, Promotor Cultural y Locutor. Presidente de la Academia Nacional e Internacional de la Poesía, SMGE, sede municipio Tenango del Valle, Estado de México. Tiene tres poemarios: Desgarros del Alma, 2004; Cadenas Sueltas de un Loco, 2005; Introspectivamente Mitru, 2009.

ERÓTICA 30 de mayo 2022-2046

La obscuridad se aproxima a la alcoba,
guardo estrellas en el baúl del abuelo;
no hay distancia absoluta, sólo altivez y energía.
Hoy, estoy de fiesta, con las prendas renovadas
para seguir viajando en erótica existencia.

Giro la llave para despojar la polilla
de esta conciencia gitana, libre y bendita.
Aquí, no se pide permiso para que mi adolescencia
regrese a gritarme ¡Sal del armario!
Las serpientes y arrugas no se heredan,
se tiran al escusado para purificar su disgusto.

Mi andar es de caballero,
¡Frescura y lenguaje rebelde!
A nadie debe importarle si soy joven o viejo;
solo en esta cama, me permito desnudar
al hombre frente al espejo.

El marco de la persiana disgrega mi mente
en pasión a punto del sueño eterno.
Mi ropa no tiene género, sólo costuras vivas.
Aquí, entre cuatro paredes, los unicornios
abrazan la desfachatez de mi entorno.

Me siento como alborada al cerrar la puerta.
¿A quién he de pedir permiso?
A ti, no. Sólo al viento que me observa
al salir de la cordura, a mis apenas 70 años.

Carlos Mitru

CONSTANZA EUGENIA MUÑOZ FLÓREZ

Nacida en Cali, Valle, Colombia. Magister en Educación, narradora y poetisa. Autora de la novela La Cigarra, coautora en Antologías Mujeres poetas de Antioquia y el Centro literario Antioquia. Libros de poemas inéditos: Espejismo y Realidad y Los cantos de la cigarra.

AMOR SIN LÍMITES

Aunque el tiempo pase
y marquen huellas en tu camino;
sigues firme tu destino.

Siempre piensas con valor
y aunque mucho has caminado
sueñas con tu libertad,
Como seguir dando amor
no te detendrán los años,
porque de todo eres dueño,
nunca te sentirás viejo,
nada para ti es añejo,
siempre tendrás un mañana.

No es la edad impedimento
para que seas feliz
de todo eres complemento
ayer, hoy, mañana
y a través del tiempo.

Constanza Eugenia Muñoz Flórez

DANITH URANGO TUIRAN

Nació en San Andrés de Sotavento Córdoba Colombia el 13 diciembre 1951. Vive en Montería Córdoba Colombia hace 37 años, donde ha escrito gran parte de su obra. Ganó premio del Ministerio de Cultura en 2008. Escribe poesía desde los 19 años de edad, hace 50 años.

HOJA DE VIDA

Yo soy el que nació un día trece bajo el signo del centauro
y la influencia de la serpiente, el que llegó a la ciudad funesta
para tener vida en la ciudad podrida, el que nació en la incertidumbre
para dejar de ser incierto. Yo soy el primogénito
que carga lo primario, también el benjamín que carga con la omega
aunque detrás vengan mis hermanos.

Yo nací débil afuera y fuerte a dentro, sin esperanzas,
mi carne no vino preparada, mi espíritu se hizo
a medida que la carne era robusta, pero sigo siendo flaco
adentro y afuera. Yo era el que le temía a todo,
a la sombra si era sombra, a la luz si era violeta.

El que leyó la historia de la vida y no leía la historia de su muerte.
El que amó un vuelo de pájaro lo mismo que el grito de una piedra.
El que lo dejó todo un día para encontrar a Dios
en la vida de clausura, pero se dio cuenta que Dios era poesía.
En fin, yo soy aquel que ha vivido y no ha vivido, que es y no es
que es y no ha sido, el que ha escrito lo que todavía no ha sucedido.

Danith Urango Tuiran

DELFINA AHUATZI REYES.

Escribir me ha permitido expresar mis más íntimas emociones. El sentimiento busca su proyección a través de la palabra escrita; algunas ocasiones la idea coincide con el verso, la rima, la cadencia, la metáfora; en otras no, solo fluye la esencia de lo más profundo de mi ser; como una necesidad de liberación.

EMBELESO.

Percibo tu quietud; te veo en silencio…
Eres paz y tranquilidad en medio de la noche
y embelesada, contemplo tu silueta
con la tenue luz que, a través de la ventana, de la luna llega.

Aquí estás a mi lado, como hace tantos años:
¡Toda una vida compartiendo vicisitudes y alegrías!
Rememoro tu imagen viril, tu rostro alegre,
tu esbelta silueta firme y bella; tu agilidad de antaño
a mi recuerdo llega…

Percibo a la distancia, en lontananza, a mi imagen,
a mis formas femeninas, a mi piel lozana y tersa;
a los dos, amándonos, aprisionando anhelos
y esperanzas…

Amalgamando con nuestro ser a nuevas vidas
producto de tus genes y mis genes,
prolongando así: ¡**El milagro de la vida**!

Te percibo hoy, tranquilo, satisfecho,
con la serenidad de la paz en la conciencia.
Y aquí estoy, a tu lado, como antaño,
amando a tu ser con entereza.

Delfina Ahuatzi Reyes.

DORA LUZ MUÑOZ DE COBO

Enamorada de las letras desde pequeña, nacida en la ciudad de Cali, Colombia. Abogada especializada en Gerencia de Negocios Internacionales. Obras: El Aluzar del Agua, Poemas; Dejando Huellas desde el amor; Mi fluir en la vida, autobiografía y otros.

POEMA DE AMOR

Junto a la canción
Amor de Poeta de Schumann,
en una burbuja del tiempo
decido cantarle al amor
desde mi adolescencia.

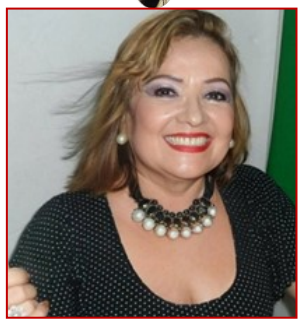
Viéndole escuchar los cantos del alba
con la algarabía de las aves
y su alimento mañanero,
pienso ¿Cómo ha sido su existencia?

Periodista destacado,
Dios le concedió
otras oportunidades de vida,
a este ser maravilloso
que ahora en el otoño evoca
a través de las viejas fotografías
revistas y amarillentos periódicos.

Le veo hojear su libro
las Cartas del Abuelo
como en el "pensadero" mágico
para extraer recuerdos
escudriñando en su memoria
momentos tan felices.

!Compañero de vida
mi novio de siempre!

Dora Luz Muñoz de Cobo



ELIZABETH DAVID PUERTA
-ELIZADA
COLOMBIA

Docente, Poeta, escritora, dramaturga, directora de teatro infantil, promotora de lectura, investigadora, embajadora de paz. Participa en varios grupos literarios a nivel internacional, de los cuales ha recibido múltiples reconocimientos y distinciones.

OTOÑO

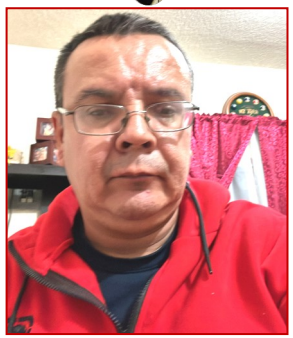
Amiga viajera:
Hoy recorres el camino, llevando
a tus espaldas las experiencias de la vida,
para escalar duras pruebas
y llegar feliz a la meta.

Vas liviana de equipaje:
sólo cargas las arrugas del alma,
el señorío de los años,
los sueños del pasado,
sabios aprendizajes,
la conciencia de tu libertad.

El tiempo apremia
aunque parezca que fue ayer,
quedan miles y miles
de historias por contar…
Es hora de desandar los pasos,
danzar el baile otoñal,
dar gracias a la existencia,
y gritar con el corazón tu canto triunfal.

El espejo no miente:
colores plateados pintan tus cabellos,
la memoria te juega malas pasadas.
El secreto de la eterna juventud
se lo robó Dorian Grey,
así que te toca envejecer
con sabiduría y dignidad.

Elizabeth David Puerta



FRANCISCO JAVIER ARCE PERALTA

Es integrante de Escritores Sudcalifornianos Asociación Civil (ESAC) desde 2017, pertenece al movimiento “Poetas del Mundo” en internet con varios libros publicados de poemas y canciones regionales. Presidente de la ANIP de la SMGE en Baja California Sur.

ACRÓSTICO SEXALESCENCIA

S abiduria infinita a partir de la experiencia,

E ntre sonrisas guardas los recuerdos,

X ilografia de momentos especiales en tu mente.

A bre tus brazos hacia nuevos horizontes,

L ibera ese ser interior de la rutina,

E ncuentra pasiones desconocidas,

S aborea nuevos placeres del destino.

C omprende que solo vives el presente,

E ncuentra la luz de Dios en el sendero

N o vaciles ante los retos padecidos.

C onvierte los días en sorpresas,

I magina cosas que puedes alcanzar

A lcanza tus metas a cualquier edad.

Francisco Javier Arce Peralta

GABRIELA LADRÓN DE GUEVARA DE LEÓN.

Mexicana nacida en la Ciudad de México. Doctora en Educación. Profesora Investigadora en la Universidad Autónoma de la Ciudad de México. Narradora oral, escritora y amante de la literatura. Sus textos han sido publicados en antologías de cuento y poesía.

AMOROSA

Te ama, te mira, te extraña
lleva envuelve llena.
es parte de ti recuerdo concreto
planes continuos y vida completa.

Te ve, te escucha, te tiene
respeta acaricia besa.
vive contigo pasado conocido
reflexiones unidas en canto perpetuo.

Acepta quién eres
une mente y cuerpo
eres tú, es ella
tu reflejo, su vida
única compañía constante
estrella fija.

FINAL

Al terminar el día
jornada cumplida
vistazo atrás:
logros triunfos
cariños perdón
experiencias vividas
lecciones aprendidas
sabias decisiones
tontas querellas
familia cercana
planes pendientes
llanto consuelo
algunos fracasos
éxitos plenos
ver puntos unidos
suspiro satisfecho
ordeno mis asuntos
cae la noche
despido mano querida
beso camino lejano
saludo a mis viejos amores
recuesto mi cabeza
vuelvo al seno del Padre.

Gabriela Ladrón de Guevara de León

GEORGINA CUARTAS CADAVID.

Resido en Medellín, Antioquia, Colombia, América del sur. He Publicado 10 Libros en los que se encuentran: Acuarelas del alma (2002). Albricias (2004). Albores Poéticos (2007). Ancla en el tiempo (2011) y 6 más. Mis poesías se encuentran en varias Antologías Mundiales. Nominada al Premio Mundial de Literatura 2020-2021.

EL ABUELO

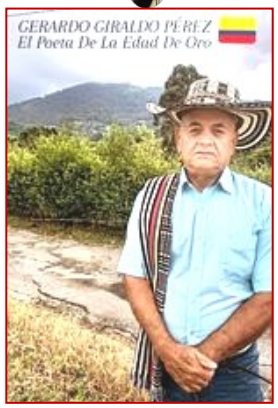
Es la esencia
de los recuerdos vividos,
de los tiempos que añoramos,
de los años que se han ido.

Es el pozo del amor
y de la sabiduría,
ha llegado hasta el ocaso
sin semáforo en las vías,
con la mente trajinada
y su piel ya desteñida,
las arrugas en la frente,
la mirada perdida.

Ha encorvado su espalda
recorriendo así el sendero,
y camina... camina
tan despacio,
con la sonrisa oprimida,
anhelando de los suyos,
la esperanza ya afligida.
El abuelo es ejemplo
con su eterna valentía.

Sigámoslo en sus pasos,
imitemos su vida,
con fraternal devoción.

Georgina Cuartas Cadavid



GERARDO MARIA GIRALDO PEREZ

"El poeta de la edad de oro" Nació en Calarcá Quindío en Colombia el 11/09/1958. Reside en San Pelayo, Córdoba, Colombia Poeta, Declamador, Trovador de la O.M.T de México. La Real Orden Poético Literaria "Juan Benito, de Valencia España me nombró como Embajador de la Rima Jotabé en Córdoba Colombia.

YA ESTOY VIEJO
(Fragmento)

¡Ya estoy viejo!
Gracias a Dios por estos años vividos
¡Gracias! por el coro matinal de los gallos
que despiden la luna opaca,
oculta entre las erosionadas montañas, que
también marcan los años
y el rastro de mis pasos que han borrado los caminos.
¡Ya estoy viejo!
pero veo con los mismos ojos de niño soñador
y cultivo hectáreas de cariño, que cosechan amor,
porque donde hay amor ahí está Dios.
¡Ya estoy viejo! pero río, quizás lloro
declamo y este corazón disfruta.
¡Ya estoy viejo!
Aquí voy caminando lento el sendero
para despedirme sonriendo de la luna,
el sol, mi perro, mis plantas,
de mi amada, de mis hijos,
y de quienes dicen ser amigos.
¡Ya estoy viejo!
Pero alegre al recibir las caricias del alba
y de hablar con el sol que anhela saborear
mi buen café lleno de esperanza
y endulzado por el tiempo.
¡Ya estoy viejo!
Y sin afán disfruto el ocaso de mi vida.
¡Ya estoy viejo! Pero no estoy muerto,
soy un poeta que da uso a la pluma
para escribir para algunos babosadas,
pero a mi alma son pinturas de una vida bien marcada,
porque este corazón infartado siente que
tengo aquí a mi lado a mi vieja enamorada
que le agrada que la mime
y que la bese a la luz de la luna eclipsada.

Gerardo María Giraldo Pérez

GLORIA ELENA GUTIÉRREZ ORTIZ

-Guti-

Nació en Medellín Colombia. Periodista experta en Gestión Cultural, Escritora, Poeta y Dibujante de Arquitectura y Artística. Es editora y co-editora de varias antologías y varias publicaciones en su haber, entre ellas: PIES CON ALAS-Versos entre Pinceles- 2017. La Magia de la Palabra Editorial Académica española-eae-

PANEGÍRICO

A la Senectud

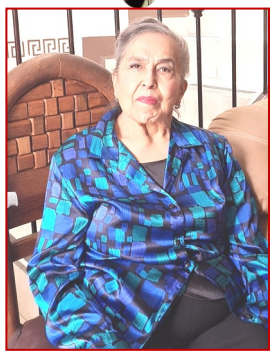
En épocas pretéritas,
los ancianos fueron rodeados de respeto,
eran símbolo de autoridad,
los dueños de la tradición,
el oráculo de la sabiduría;
por sus concejos y experiencia
eran atendidos con deferente obsequio;
tenían un papel de honor y preeminencia.

En tiempos presentes,
son eternos desconocidos,
han perdido el privilegio de la rareza.
Envejecer es una nueva aventura.
Si en la flor de la edad
llega la muerte como sorpresa,
en el viejo es tan natural
como se desprende del árbol
el fruto ya maduro.

Más que un panegírico a la senectud,
es ver que hay jóvenes viejos
y espléndidos viejos jóvenes.

Es vivir la juventud fecundamente,
y vivir la vejez con esperanzadora valentía.
La mejor hazaña es vivir, envejecer,
morir, y en las letras, perdurar eternamente.

Gloria Elena Gutiérrez Ortiz



GUADALUPE MARTÍNEZ GALINDO.

Escritora y poetisa mexicana con más de medio siglo ocupada en el quehacer literario; 59 libros publicados en diversos géneros; cuento, novela, relato, crónica, poesía, ensayo y didácticos; promotora cultural desde hace 20 años; editorialista desde hace quince años;

LOS AÑOS DORADOS

Los años dorados tienen
la belleza del Otoño
hoy quienes fueron retoño
aún maduros se mantienen.
Los matices que contienen
son en cada árbol filón
una mina en extracción
de oro puro que reluce
en tanto que bosque luce
su verde vegetación.

Un senecto en la familia
es como un grande tesoro
a pesar del deterioro
siempre en lo que puede auxilia.
Y situaciones concilia
aunque precisa cuidado
es libro nunca cerrado
del que se puede aprender
imitando el proceder
que tiene experimentado.

Guadalupe Martínez Galindo

INÉS RODRÍGUEZ CALDERÓN

Al presente pertenece al grupo Urawa y al Centro Toluqueño de Escritores. Ha participado en revistas Infoalianza, Abigarrados, Poesía entre Neón, Antologías impresas, virtuales y Bilingües, en el primer E-Book de la Biblioteca de las Grandes Naciones, encuentros de escritores, en la FILEM -2021,

SEGUNDA ADOLESCENCIA

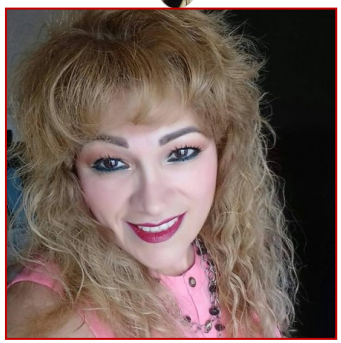
Arranca la vida con sabor
vive la segunda juventud,
ser independiente más vivo que nunca
transita con su carrusel de sueños
celebra el sol cada mañana, pleno,
sin temor al ocio y la soledad.

Trae décadas de experiencia
cree en su propio yo,
como eterno joven de espíritu
vive la vida, la diseña cotidianamente
en felicidad sin perjudicar a otros,
camina, estrena edad física e intelectual.

Descarta de su existencia sentimentalismos,
no compite, solo cultiva su propio estilo,
se suma a la mirada cómplice,
frase inteligente, sonrisa iluminada
por la experiencia, recorre la vida
en confianza, sabiduría y plenitud de quimeras.

¡Bendito cambio generacional, sexalescencia
lleva por nombre, amigados con las tecnologías,
juventud y vejez que brilla en otoño,
como universo florido de eternos jóvenes,
forjan proyectos de vida que accionan sinfonía
y dirigen la orquesta triunfal de su existencia!

Inés Rodríguez Calderón



JOCABETH VÁZQUEZ AGUILAR

Mexicana, Licenciada en Derecho, Poeta, escritora, promotora cultural y diplomada en creación literaria sofisticada. Es autora de los libros "Entre mis párpados" y "Sensaciones entre líneas". Coautora en más de 20 antologías en formato físico y digital.

EL ROSTRO DE LOS AÑOS

Cae la tarde amartelada sobre los senderos perplejos
de la piel siniestrada entre acantilados acrisolados,
por el ímpetu del transcurso inequívoco
de los tiempos empolvados,
pues la fogosidad desenfrenada de aquellos años nuevos,
se ha consumido a la vera del río,
preñado de promesas existenciales,
con su alucinante jauría de deseos dilatados
y las ganas encumbradas en aquel vientre despierto.

He transitado por las descalzas horas
del crepúsculo, destejiendo las cuantiosas disputas
que deambulan en floridos cementerios,
bajo las nubes agazapadas
que esconden virulentas tempestades mudas.

Hay goterones de nostalgias
detrás de estos maltrechos ojos misericordiosos,
zurciendo una madeja de fragmentados recuerdos coloridos.

Mi geografía andariega ahuyenta los relojes envejecidos,
con sus fatigados paisajes tuertos,
de estrellas fluorescentes y nubes algodonadas,
que susurran sus propios misterios.

Un ramo de luciérnagas alumbra mi laberinto
de oscuridad despejada en el ocaso del amanecer,
donde las ebrias golondrinas cantan
al son de una guitarra sin acordes,
previo a la caída del telón.

Jocabeth Vázquez Aguilar

JOSÉ ANTONIO BENÍTEZ BUAIS

País.- Bolivia. Autor libro “El Rocío de la Noche” 2014. Autor libro “Amor y Libertad Marzo 2020, 3° Premio Literario de Poesía inédita. 20° edición 2019. Italia. La 5° Antología del Uruguay “Resplandor, 1°Encuentro Mundial “Juntos por la Paz” Toluca México 2019.

TAL VEZ LOS QUE VIENEN…

La primavera parecía interminable,
era una sensación de esos años,
de sueños inocentes, era agradable,
años, en que primero, eran los niños.

El primer beso de amor, inolvidable,
años que sabíamos, del primer amor,
el príncipe azul, el amante imaginable,
año de la primera traición, primer dolor.

Los años que sepultaron los sueños,
las ilusiones, esperanzas y el amor,
los nuevos, de la vida son los dueños,
no hay cánticos de felicidad, solo clamor.

Nuevos años, tú y yo, casi desconocidos,
¿Besarnos? Imposible, prohíbe la ciencia,
amarse, abrazarse, totalmente prohibidos,
¿Tal vez los que vienen? Con fe y paciencia.

José Antonio Benítez Buais

JOSÉ CRUZ OMAR ZACATELCO SÁNCHEZ

Escribir poemas fue un sueño, siendo adolescente inició con breves escritos, en ellos plasmó sentimientos, es un enamorado de la vida. Presidente de la Sociedad de Geografía, Historia, Estadística y Literatura del Estado A. C., en Tlaxcala.

DESTINO

El ritmo de tus pasos,
son el sueño y refugio
de este, pobre moribundo,
combinados con el calor de tus brazos.

Son el sueño que se fue,
el verso que no nació,
la pieza musical que murió,
fantasma que el mortal no ve.

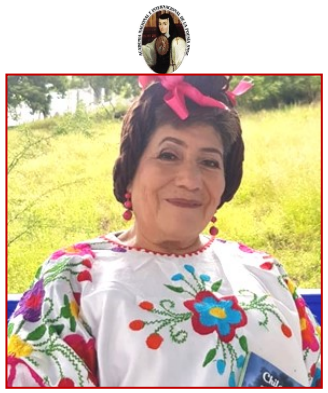
El brillo de tus ojos emoción,
el aroma de tu cuerpo, sabor,
es mi entrega por tu amor,
y el dulce de tus labios, mi pasión.

Eres jardín de flores multicolor,
que brillan a mi peregrinar
traen la primavera a mi trovar,
en la senda de mi dolor.

El invierno de tu ausencia
en esta fase de mi vivir,
deseo un verano en la piel sentir,
y tus besos de primavera, esencia.

Comparte conmigo, nuestro destino,
siente el suave remanso de olas en luna llena,
sé sol, tormenta, fuego, en entrega plena,
antes de hallar, el final del camino.

José Cruz Omar Zacatelco Sánchez



JOSEFINA JAIMES SALAZAR,

Nace en CHILAPA Guerrero México. Pueblito que la vio nacer un 23 de marzo del año 1952. Ha participado en cinco Antologías Poéticas. La primera Antología Poética Chilapa Mía". "La Palabra Provocada", "Poemas Inconmensurables". "Poemas de amor" e "Inspiraciones"

LA BODA DE LOS SETENTONES

Les contaré un paisaje de mi rancho
préstenme "astedes" su atención
se trata de la boda de don Pancho
con mi prima que se llama Ascensión.

Ellos, fueron novios de chiquitos
y no quisieron casarse a buen tiempo
ahora que se encuentran ya ruquitos
quieren aprovechar este momento.

Mero en las fiestas del mes de mayo
del Santo Patrono San Isidro Labrador
él, de manta su sombrero y su caballo
ella, con velo y su vestido de color.

Todo en el pueblo fue alegría
las calles adornaron con listones
y en la puerta un letrero que decía:
¡ Vivan los novios Setentones !

Saliendo de misa Chona y Pancho
montaron en su bondadoso corcel
van como alma que lleva el diablo
a disfrutar su ansiada luna de miel.

Vuelen, vuelen, blancas palomitas,
y pasen por encima de mi nuca
ya les vine a contar mis cuitas
a mis queridos hermanos de Toluca.

Josefina Jaimes Salazar

JUAN DE JESÚS REYES MEDINA

(poeta colombiano)

seudónimo: " jureme"

Nació en San Benito Santander, padres: Luis Alejandro Reyes y María Emma Medina, agricultores, no tengo títulos académicos, soy empírico; Tengo algunos libros en Amazon. Entre ellos “Todo lo es” , “Las vidas del gato”, “Delito de incesto” y “La luz”.

MIENTRAS LATA EL CORAZÓN

Venga señora conmigo
vamos a mover la cadera.
Quiero compartir contigo
el final de mi carrera.

Necesario, es vivir con alegría
sin tener en cuenta la edad.
Hay que divertirnos cada día
como ayer, en la mocedad.

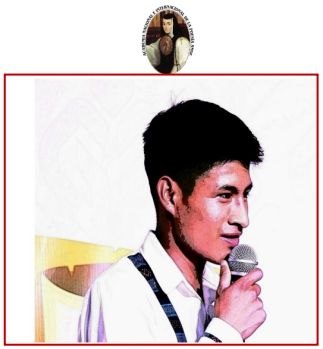
Mientras se viva gocemos
ven bailemos, a todo dar señora.
Que, aunque de sesenta pasemos
la vida debemos, disfrutar ahora.

La felicidad, no tiene limitación
tenemos, que la vida disfrutar.
Mientras lata el corazón
hoy debemos, a pleno gozar.

Ven pateemos el piso
no importa se gaste el zapato.
Para ser felices, Dios nos hizo
debemos divertirnos un rato.

A tu cuerpo, dale movimiento
a los años no des importancia.
A tu vida, dale más contento
Y a tu rostro, ponle rosagancia.

Juan de Jesús Reyes Medina



JULIO CÉSAR TORRES CANTÚ

Nací el 08 de Julio del año 2000, en una comunidad indígena, Laguna Seca, Municipio de Malinaltepec, Guerrero, actualmente radica en Guadalajara Jalisco. Miembro de la Academia de Poesía nacional e internacional sede de Tlapa de Comonfort. Autor del libro ya'duu nání'-Lagrimas de mi Madre nos permite describir el gran amor por su progenitora, su caminar juntos por la vida y por su pueblo haciendo de sus raíces y contexto un canto llamado poesía.

HUÉRFANO

Mí corazón se endurece
y de mi rostro brotan lágrimas,
vi a mi madre llorando por un dolor profundo,
quedó paralitica no podrá caminar como antes, a
muchos la critican y otros la ven con tristeza.

Hombres sin corazón,
que se aprovechan de mi madre
en la mente albergó coraje,
tomaré mis libros para unirme
con grandes escritores
laguna seca te amo
y te defenderé como mi madre
soy un guerrero jaguar,
me defenderé con una pálida tinta
y una brillante memoria.

Julio César Torres Cantú

LETICIA GUZMÁN GUERRERO.

Poeta mexicana, Vicepresidenta de La Academia Nacional e Internacional de Poesía de la SMGE A.C. sede Toluca, México, Administradora de UMRO ON LINE, Conductor y Productor del programa internacional Voces y Plumas, Administrador de la página de la Fundación Munir Mezyed para las Artes y la Cultura",

VIDA EN MIS MANOS

La madurez de mis años,
los amores que pasaron.
un mapa hecho con piel,
zurcos de alegrías y tristezas,
caricias y enfados tatuados,
aprendizajes de la vida
que me han cincelado,
satisfecho del camino,
con plenitud y alegría,
disfruto la esencia del día,
la experiencia de mis años,
el trabajo con mis manos,
me adueño de mi destino,
la experiencia es el timón
para vivir con corazón,
respeto el paso del tiempo,
mi cuerpo cuido como templo,
vivo lo mejor cada momento,
pues la vejez no siento,
soy joven por dentro.

Leticia Guzmán Guerrero

LILIANA CHUZEVILLE CÓRDOBA

DAMA DE PAZ. Nombrada por el Embajador de España. Doctora “Honoris Causa” otorgado por la Universidad Ejecutiva del Estado de México. “MEXICANA DESTACADA” por su trayectoria en la cultura y su contribución académica en el estado de Tabasco, otorgado por la Plataforma digital E74. Ganadora del reconocimiento “Palmas de oro”

¿SEXALESCENCIA?

La vida es como una fiesta,
estamos invitados a vivirla en plenitud.
Gozar al máximo,
ser feliz es nuestro derecho y decisión,
vivamos, disfrutemos desde nuestro interior,
de las pequeñas grandes cosas que realicemos,
si vemos a los hijos y nietos,
que sea por disfrutarlos nunca por obligación,
vivir y dejar vivir es nuestra elección y decisión,
disfrutemos de la soledad
lo mismo que de las multitudes,
concedámonos el permiso de ser
escandalosos e imprudentes,
lo mismo que callados y discretos,
que no nos importe el qué dirán,
bailemos con los ojos cerrados
aunque tengamos dos pies izquierdos,
lo mismo da 6 que 7 u 8 décadas,
hoy todo es mucho mejor,
ya no tenemos la urgencia de los 15 o 20 años,
todo lo saboreamos mucho más lento y agradable,
aprendimos a perdonar y perdonarnos
fue un proceso largo de mucho aprendizaje,
valió la pena créanme,
ya que desde el amanecer
estamos listas para vestirnos,
calzarnos, y salir a vivir,
la fiesta de la vida no espera es aquí y ahorita,
en verdad les digo que está es
la mejor etapa de mi vida,
a disfrutar que la vida el COVID,
la viruela la muerte nos quiere arrebatar.

Liliana Chuzeville Córdoba

LILIANA DE LA VEGA,

Oriunda de la Provincia de Jujuy-Argentina-Presidente de la Academia Argentina de Literatura Moderna de Jujuy- Embajadora por la PAZ-Embajadora del Foro Mujeres de Iberoamérica-Reconocimientos Internacionales – Participante en diversas Antologías de su País y del Exterior.

VIVIR

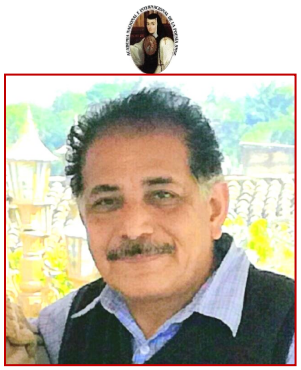
Llegar, con pasos rápidos o cansinos.
Llegar sonriendo con los recuerdos
acariciándonos el alma
con la fuerza de la esperanza
sabiendo de podremos
caminar sin temor a los años.

Es tener la ciclópea fuerza para seguir,
danzando por el solo hecho de hacerlo.
Bailar como si el ayer
estuviese en nuestras manos.

Reír sin sonrojarnos
colocarnos un sombrero de colores,
sin que nos importe la mirada, del otro.
De eso se trata…vivir solo vivir.

Y darnos el derecho que nos otorgaron
los años y la experiencia.
Vivir, soñando y rescatar lo que no pudimos
en un ayer, porque hoy,
es el momento; ¡VIVIR!

Liliana de la Vega



LORENZO MONDRAGÓN SALAS

Escritor de poesía decimal, de Misantla, Ver. México. Asesor del Consejo Consultivo de la Academia Nacional e Internacional de Poesía, Sede Misantla, Ver. Miembro del Círculo Cultural Internacional de Radio Evolución de Misantla, Ver. Ha participado en varias antologías;

SOY DE LA TERCERA EDAD

Fragmento.

Con mucha serenidad
entre recuerdos de antaño
con mis sesenta y más años
llegué a la tercera edad.
Y mientras no se me va
del tren su ultimo vagón,
lo esperaré en la estación
de manera divertida
disfrutando de la vida
mientras lata el corazón.

Si el amanecer se fue
actuaré de forma astuta
que igualmente se disfruta
el hermoso atardecer.
No me dejaré vencer
por dura que esté la cuesta
y con el show y la fiesta
seguiré con alegría
gozándola cada día
mientras Dios la vida presta.

Como la vida es fugaz
yo la disfruto bastante
y por eso a cada instante
le doy su ritmo y compás.
Cuando yo descanse en paz
y mi cuerpo quede inerte,
cuando ya no pueda verte
cuando esté cortado el hilo
a mí manera y estilo
disfrutaré de la muerte.

Lorenzo Mondragón Salas

LUIS FERNANDO QUIROZ AVENDAÑO

Oriundo de Evingado, Colombia, ingeniero industrial de la Universidad Autónoma Latinoamericana, Recibió varios reconocimientos a la labor artística y cultural. Con tarjeta profesional de Prensa. Sus poesías han sido publicadas en las Antologías de lecturas urgentes nacionales e internacionales, como con la Academia Nacional e Internacional de la Poesía.

CANICAS DE BARRO

Caminas entre el hambre y el cemento
con los pies calzados de remiendos
vestido con harapos de ciudad
y tu vida metida en un costal.

Sin afán, sin medida, sin distancia,
no hay fronteras, no hay vínculos
sin lazo donde atar tus sueños
en medio de hormigas callejeras
alucinando por el humo y por el pan
que dormita en las vitrinas
y que no te alimentará.

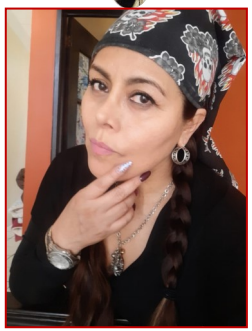
No hay fruto que sacie tu saliva
y nido que te pueda acomodar.

Va tu infancia fracturada en el andén
en la estación que no te espera.

La moneda que no llena tus bolsillos
y el zapato que golpea tu dolor.

Eres otra sombra, una voz, un eco
un despojo que tejió al destino,
sólo te abraza el calor de la lluvia
y el ángel que acompaña tu sudor.

Luis Fernando Quiroz Avendaño



LUZ MICAELA CASTILLO RAMÍREZ

Seudónimo: Yume La bruja de las Letras

Mexicana. Ha participado en Congresos nacionales e internacionales, múltiples antologías, mesas de lectura radio y televisión alternativa. Su poemario "YUME" sale a la luz en el año 2018."LA CAJA DE CARTÓN" 2020, y "EL VIENTRE DE LA LUNA" 2021.

LA BRISA DE SENTIDOS

La oportunidad se yergue
ante la imposición del deseo
de ser, de estar,
en este plano donde el lienzo
espera hasta el último
soplo de vida.

La mecánica lanza
sin paracaídas,
con la gravedad de los años
y la liviandad en la mira,
para sentir la libertad
que se abre gloriosa
como alas en la caída.

Un instante que dilata pupilas,
que prende fuego en las venas,
y pinta el rostro de hermosas
cartografías.
Cual bruma marina que no muere,
esparcida en un guiño,
con la madurez de un adulto,
y el encanto de un niño.

¡Quinto elemento! edad dorada
en erotismo; beso y éxtasis...
La brisa de los sentidos.

Luz Micaela Castillo Ramírez

MAYTE VÁZQUEZ MALDONADO

Asidua promotora y voluntaria del fomento a la lectura en la niñez de la Región de la Montaña, Nació en la Ciudad de Tlapa, Gro. El 22 -09-1975. Realizó sus estudios de Posgrado en el Centro de Actualización del Magisterio (CAM) Chilpancingo, Gro,

¡SEXAGENARIO ,PLENO SOY!

Con plenitud, gozo y alegría
Disfruto el otoño en mi vida,
Como rocío fresco y vigoroso
Esperando sin ansia la llegada de la expiración.
¡Gratitud es la palabra!
Que engloba todo el aprendizaje
En el transcurso del camino
Bello en estaciones, pesado y con avatares en otros.
Ayer el pelo como azabache
Hoy con hilos de plata
Que en cada centro guarda
Como un botón de hermosas enseñanzas.
Ayer robusto, firme, jovial
Hoy con los años cargando
Difícil hacen los senderos al transitar
Con ojos amorosos y llenos de sabiduría
No encuentran eco a quien transmitir…

Lleno de recuerdo, personas, añoranzas,
Guardados en el Corazón
Y con cada suspiro añora
¡Aquella mano amiga…que el tiempo adverso se llevó!
¡Sexagenario soy!
¡Oh, gran maravilla!
Milagro de la naturaleza
Pero afortunadamente: ¡gracia de Dios!

Gran fortuna es la vida
¡Oh! Cuanta delicia, gozo y amor a cada paso
Una hermosa flor
Transforma la cosecha en triunfo
¡Y Esperanza para HOY!

Mayte Vázquez Maldonado

MARTHA INÉS VÉLEZ

Nacida en Medellín-Colombia: Médica Otorrinolaringóloga de la Universidad de Antioquia, subespecialidad en Otorrinolaringología pediátrica de la Universidad Nacional Autónoma de México. Estudios de Astrofísica Universidad de Antioquia.

APRENDÍ

Desde el reloj molecular de la rueda del tiempo,
persiguiendo la vida, reinventando los sueños,
descubrí la inmensa dimensión de lo pequeño.

Aprendí que la vida es fugaz,
impredeciblemente bella.
Y que la vida misma
en un beso se entrega.

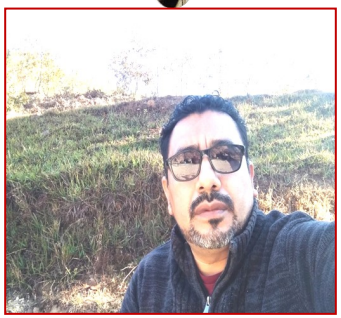
Advertí que los hombres
en febril desvarío por poseer la tierra,
insensatos se matan
con razón o sin ella.

Conocí la verdad… conceptual en esencia.
Conocí la mentira… línea de fuga,
maraña atormentada,
ecléctica cantera de oscura transparencia.

Presentí que el silencio, te regala la paz
que el corazón anhela
y que el ardiente odio, es mezquino veneno
que te daña y te ciega.
Comprendí que el amor en actitud sincera,
acalla dulcemente unos labios que esperan.
Es bálsamo que alivia, cuando lo es de veras
o implacable asesino de la alegría plena.

Descubrí que la meta está en el camino
y no al final del día, cuando la noche llega.
Aprendí que la vida es una y es la misma
en todos los humanos que habitamos la tierra.

Martha Inés Vélez



MIGUEL ÁNGEL VILLANUEVA VARGAS

Es un hombre ilustre, su incansable labor de fomento a la lectura y escritura ha forjado una notable cultura literaria en la Región de la Montaña. Su biografía fue escrita en las crónicas de los escritores reconocidos de Tlapa de Comonfort, Guerrero,

SOLEDAD

Soledad convertida en muchos años,
acompañas la final etapa de mi vida,
lo procreado a través de mi existencia,
satisface mis días de nostalgia.

Quisiera recorrer en la memoria
lugares y personas que a mi paso,
marcaron para siempre mi camino
sustancial en cada etapa de mi vida.

La carga de mis años ha caído,
en brazos que rechazan inconscientes,
porque si también en mi regazo,
cuando lo pediste te di abrigo.

En los años de mil dudas en tu mente,
fui quien corrigió tus decisiones,
pretendiendo que salieras adelante,
tu vida llene de bendiciones.

Alcanzaste la cima de tus sueños,
hoy la vida te premia y te sonríe,
más no olvides que de nada somos dueños,
ojalá que tus actos no castiguen.

La soberbia juventud que no traicione
los principios que rigieron nuestras vidas,
todo pasa y es momento que razones,
siempre es bueno buscar una salida.

Soledad, hoy me llevas de tu mano,
a la cita que el destino me depara,
allá donde esperan mis hermanos
y la dulce sonrisa de mi amada.

Miguel Ángel Villanueva Vargas

MIRIAM TORRES BONNET

Doctora en Derecho y Ciencias Sociales. Escritora, poeta. Publicaciones 5, Antologías 8, más 4 Toluca México. Miembro Distinguido Academia Nacional e Internacional de la Poesía ANIP. Reconocimientos: 4 Toluca México, 1 SMGE

EXPERIENCIA Y SABIDURÍA

Después de un recorrido
Inteligente por una vida
colmada de experiencias;
algunos dolores ineludibles
por ver partir parientes,
amigos del alma.

Nos queda la casa
con nuestros muebles
nuestros hijos, en otro
hogar…nietos,
pero la satisfacción de
verlos mayores, algunos
con su familia.

Si estamos con pareja
continua la vida sexual
en un viaje erótico
de caricias mil
erupción volcánica conjunta
con sublime éxtasis universal
reunido sexo, amor
y pasión;
sin pareja, prudencia…
protección y sabiduría.

Miriam Torres Bonnet

NAURO TORRES QUINTERO

Escritor bloguero colombiano: https://
naurotorres.blogspot.com/
Autor de: E-BOOKS: POETICOS:
Bocadillos poéticos: https://
books2read.com/u/b6MN1J
Poemas emergentes: https://
www.draft2digital.com/book/808664
Surcos de tu piel: https://
books2read.com/u/bwKvny

EVOCADA IMAGINACIÓN

Imaginemos que nuestras miradas
inevitablemente se cruzaron;
imaginemos que nuestros ojos
se fijaron, unos en los otros;
imaginemos que nuestras voces,
mudas quedaron al mirarnos en silencio;
imaginemos que nos enamoramos sin hablarnos.

Supongamos que nos sedujimos mirándonos;
supongamos que nos fusionamos
con los rayos del mañanero sol;
supongamos que nos acariciamos
con los desnudos rayos de la luna;
supongamos que fuimos novios
pasajeros y amantes eternos.

Fantaseemos que vivimos
en la brisa de la aurora,
fantaseemos que navegamos
en las espumas del infinito mar;
fantaseemos que nos convertimos en arreboles;
fantaseemos que convertimos
el ocaso en cama nupcial.

Imaginemos que nuestro amor se acrisoló en rocío,
nos fundimos en el aroma de las flores,
nos difuminamos en el verde de las hojas,
que las cenizas de nuestro escondido amor
pululan en los fulgurantes rayos de sol
y en la tenue luz de la luna primaveral.
Somos, evocada imaginación.

Nauro Torres Quintero

NOEMÍ GALARRAGA.

Docente, jubilada como Inspectora de Educación en la Rama Inicial. Incursiona en poesía y narrativa. Interviene en talleres de formación literaria. Integrante de varias antologías y audio libros nacionales e internacionales España, Estados Unidos, recibiendo diplomas de honor, menciones especiales y medallas.

POEMA: TÚ Y YO

Seudónimo: Golondrina

Éramos la luz y el sol danzando primaveras,
derrochando besos,
caricias sin medida.

Nos absorbió la noche
en el ocaso de una tarde de verano.

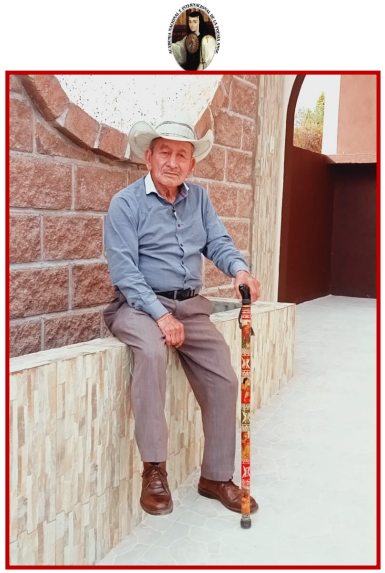
Se agrietaron los cuerpos
dibujando pergaminos no soñados.

Los pies se olvidaron
de obedecer la mente,
esquivar los charcos
cazando mariposas,
saltar entre las olas
buscando caracoles.

Se enturbió la mirada
equivocando distancias,
se alentaron los pasos.

Encorvose el árbol erguido
del jardín de la vida,
aullaron suspiros
en el abismo del tiempo
pero, a pesar de todo,
Tú y yo
¡Dormimos abrazados!

Noemí Galarraga



NORANDINO ARANDA PALOMINO
El Trovador.

Ferviente admirador de la belleza femenina, digno representante del municipio de Zozocolco, Veracruz. Presidente del CDM de la ANIP AC SMGE en Zozocolco.

REMEMBRANZA

Que grato fue vivir con tu calor,
a salvó de los grandes vendavales,
tener esas caricias con fervor,
ardientes de pasiones y sensuales.

Te ame, me amaste, fue una bendición,
la vida me brindó tantas bondades,
me diste y yo te di mi corazón,
regalo, que nos dieran las deidades.

Que más puedo pedirle yo al Creador,
si amarte fue la gloria de mi vida,
solo le pido amante y con fervor;
me tenga de tu amor, luz encendida.

Norandino Aranda Palomino.

OLGA MAGALLANES DE LA ROSA.

Nací el 2 de marzo de 1948 en Ciudad de México. Siempre he escrito poemas en este tiempo estoy por publicar mi libro. He estado participando en antologías. Canto, declamo y escribo esa es mi pasión.

EDAD ADULTA

Me quedé pensando,
mientras contemplaba el viento,
alguna vez lento
y otras estrepitoso y violento.

Tal vez de esa manera
llegue a la maravillosa edad.
El invierno se ha estacionado,
mi cuerpo muestra
los estragos del tiempo
sin embargo, mi corazón y mi mente
como en primavera, se sienten
llenos de vida y halagos,
tengo la fuerza y empuje
como en mis jóvenes años,
paseo con mis nietos y los llevo al parque
me gusta estar con ellos y jugar sus juegos
recordar los míos, aunque no sean tan nuevos.

Canto, bailo a mi gusto con toda libertad,
me apasiona maquillarme, colocar mascadas
a mi cuello, aretes, anillos que sé yo...
dirigiendo todos mis sentidos con firmeza
meciendo entre mis brazos
mi hermosa edad adulta.

Soy como una flor rosa, margarita o girasol
que jamás pero jamás se deshojó.

Olga Magallanes de la Rosa.

RAQUEL JIMÉNEZ DÍAZ

Escritora nacida en Misantla, Veracruz, México. Su obra está enfocada en la recuperación de valores, las buenas costumbres, la superación personal y el amor. La poesía que escribe es moderna contemporánea, ha editado varios libros, discos de poesía, canciones y material multimedia.

FUSIÓN

Jóvenes y viejos debemos fusionarnos,
y así unidos compartir
las viejas experiencias
y las nuevas ideas...

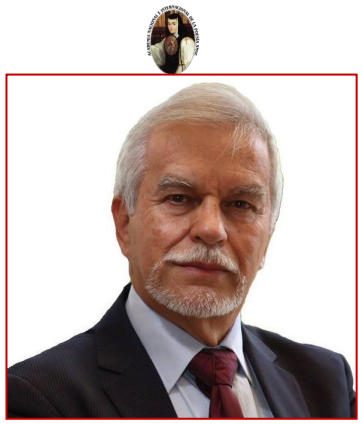
Pues del conocimiento del ayer
y del pensamiento de hoy
ha nacido el progreso.

Se equivocan igual los viejos
que condenan el presente,
como los jóvenes
que desdeñan el pasado...

Ambas épocas tienen sus propias glorias,
una ya fue... Y otra está siendo.

El mundo reclama cada vez
mayores esfuerzos,
y aprovechando las experiencias del ayer
y el ímpetu del ahora
podremos contribuir
al adelanto de nuestro tiempo;
y así cambiar la historia
de nuestro mundo...

Raquel Jiménez Díaz



SAÚL SÁNCHEZ TORO

Nació en Manizales, Caldas, Colombia, el 25 de septiembre de 1948. Vice Presidente Gremio poético colombiano. Desde Abril 2021-
Publicaciones:
Antología Poética de Pereira. (1980), Poemas al garete (2011), Solo son etos (2019). Solo son eros (2022). El rapto de los hijos de Adriana (2022).

AMOR DE SENECTUD

Se fue la juventud con su alborozo
dejando en el recuerdo buenos ratos,
de viejos amores tan solo retratos
quedaron mostrando del ayer su gozo.

Llegó ya el otoño cerrando el sendero
inundando todo con ajadas hojas,
del pasado quedan tan solo congojas
y bellos recuerdos del amor primero.

Hoy ya no hay amores, tan poco pasiones,
escondidas ellas tras las bambalinas
y la suerte echada sobre nuestras ruinas
mostrando tan solo falsas ilusiones.

Aquellos que dicen amar a esta ahora
se están engañando con su gran porfía,
en cuerpos marchitos ya nadie confía
y seniles mentes, ya nadie valora.

Saúl Sánchez Toro

SERGIO MORETT MANJARREZ

Profesor normalista de educación primaria. Licenciado en Derecho, egresado de la NAM, maestro de Historia por la Escuela Normal Superior de México. Fundador de La Plataforma de Opinión Expresión Magisterial. Miembro de la Academia de Historia y Geografía patrocinada por la UNAM, la cual le otorgó el título de académico; en el 2008.

IMPLACABLE

Todos mis amigos hablan de sus recuerdos
platican de sus glorias y sus bellos momentos.

A todos mis amigos les da felicidad recordar los momentos
que llaman nuestros tiempos y que no volverán.

De la creación humana milenios pasarán
la vida en un instante,
por eso incesante debemos disfrutar.

Que hermoso fue el pasado pero no volverá,
vivamos el presente
digamos a la gente que debe disfrutar.

Sigamos implacables con ansias de vivir
con juventud acumulada, con juventud
acumulada, hasta llegar el fin.

De la creación humana milenios pasarán
a vida en un instante, por eso incesante
debemos disfrutar.

Que hermoso fue el pasado pero no volverá,
vivamos el presente
digamos a la gente que debe disfrutar.

Sigamos implacables con ansias de vivir
con juventud acumulada,
con juventud acumulada hasta llegar el fin.

Sergio Morett Manjarrez

VIRGINIA LÓPEZ

Escritora, poeta, ha participado en: Encuentros poéticos Nacionales e internacionales, coautora en más de 30 antologías físicas y virtuales de escritores y poetas, junto con la Academia nacional de poesía de la SMGE.

ME DI PERMISO

Me di permiso para ir y venir por el mundo
sin pedir permiso.
¡Me di permiso!
Para realizar lo soñado
y borrar la frustración, me di permiso,
de ponerme antes que... y antes de...

Me di permiso, después de una vida
dedicada para el resto del mundo,
posponiendo mis intereses,
tragando mis frustraciones
y mis deseos de fluir,
me di permiso de vivir para mí.

Y sé, que se me juzga de egoísta, loca,
imprudente, por querer cumplir mis anhelos,
llenar los vacíos, dar a mi vida un motivo.
Mas, no importa, quiero reír, cantar, bailar
sin pedir permiso, vivir, solo vivir
con toda la fuerza de mis ganas de ser yo.

Volver a amar y besar y fornicar
como si fuera la primera vez,
llenar mis sentidos con el olor y sabor del amor,
soñar envuelta en la sábana de la ilusión
y despertar con mí realidad pero feliz.

Ser, errante peregrina de la vida
nunca vivida. Usar los colores de la paleta
como me venga y convenga.

¡Hoy!... Me doy permiso de vivir,
equivocarme y volver a empezar.

Virginia López.

VLADIMIR TOBÓN.

Ha publicado algunos de sus poemas en antologías de la Academia Nacional e Internacional de la poesía de la SMG, sede del Municipio de Toluca. En Argentina y Uruguay y en Colombia en la primera y segunda antología de Abescrito de Medellín Antioquia.

MI ATARDECER

Hoy en mi atardecer
me siento libre y feliz,
no me importa lo que digan
ni lo que dejen de decir
porque he superado los miedos,
prejuicios y prevenciones;
no me afectan los rumores
ni las mentiras piadosas.
Se que tengo mil defectos
y muchas debilidades,
también tengo soledades
y angustias por resolver.
Pero es más fuerte el deseo
de conquistar alegrías
para vencer las tristezas
cuando tú no estás aquí.
Hoy en mi atardecer
todo lo veo más bello,
mi corazón palpitante
no se cansa de esperar
el día en que los jardines
florezcan justicia y paz,
armonía y hermandad
para completar mis sueños.

Vladimir Tobón.

WASHINGTON FÉLIX BONILLA CHASILUISA

(CHINO BONILLA)

Poeta y cantautor ecuatoriano de la ciudad de Quito, escritor de palabras vagas y simples que adornan la imaginación. Trabajos realizados: Plataformas digitales (CHINO BONILLA)

¿VIEJO YO?

¿Viejo yo? Viejo el sol y aún sigue radiante
viejos los cuentos y aún siguen deslumbrantes
vieja la magia, vieja la música
de donde salen nuestras más grandes sonrisas.

Deléitate con verme feliz,
con mi garbo eterno en el otoño
con mi necedad, de seguir siendo aquel Don Juan
deléitate con mi mirada, que no deja de volar.

¿Viejo yo? Si los sueños no se han acabado
si la locura sigue intacta, a las gracias y al llamado
de los amigos que han perdurado
para continuar con este viaje.

Ilógico talvez, a los caprichos del destino
que me hicieron en el camino, ser lo que no quise ser
me encaje en lo que se requería,
más mis cielos y mis mares
me enseñaron que hay lugares, donde debía volver.

A disfrutar de la vida, a mirarme en el espejo
vaya que obra divina y cuestionarme de repente
¿Cómo han pasado los años?
¡He disfrutado en plenitud!
Dejadme seguir cantando,
dejadme seguir soñando ....

Aquí empieza, mi segunda juventud .....

Washington Félix Bonilla Chasiluisa

ZAIDA JUÁREZ

Argentina

Actual Presidente de SADE SANTIAGO DEL ESTERO, ARGENTINA. Autora de cinco libros de poemas, una Antología Digital e incluida en más de 100 Antologías entre Nacionales e Internacionales. Sus poemas se han publicado en diversos paises, como Estados Unidos, España, Colombia, Chile, Brasil, México, Bolivia, Albania, entre otros.

LOS POETAS NO TIENEN EDAD

Los poetas no tienen edad
siempre están activos
creen en los desafíos
en los retos del día a día.

Están sumidos en ideas positivas
confían en el respeto,
en una convivencia
donde la tranquilidad
sea la principal premisa.

La calma, la paz
son sus principales consignas.

Se mueven por sentimientos
sus corazones están plenos
de ilusiones, de proyectos,
de realizaciones.

Los poetas no le temen
al paso de los años
porque la creatividad
y la inspiración los motivan
a continuar con la esperanza
de seguir luchando por un mundo
más fraterno y equitativo.

Zaida Juárez

AMIR GÓMEZ LEÓN
EPÍLOGO

¡Oh maravillosa Sexalescencia! Estimados amigos poetas ¿Qué debemos entender por Sexalescencia?

Alguien dice: No son las arrugas las que denotan la edad, sino la postura, la actitud, los temas de conversación, lo actualizado de estras opiniones y el mensaje que irradia nuestro cuerpo, a través del lenguaje no verbal. El sonreír, el saber escuchar, el sentido optimista ante las contrariedades, la jovialidad y lo interesante de nuestra imagen, para que los demás disfruten de nuestra compañía.

Los sexalescentes entramos en una especie de ciclo de vida nuevo, en el que nos sentimos ser otra vez adolescentes, pero nuestra tenacidad es más fuerte para dejar de lado algunas limitaciones físicas, para alcanzar lo que deseamos, en otras palabras, asumimos una actitud de reto e independencia, para evitar ser ubicados en centros de atención médica, porque envejecer no es sinónimo de enfermedad ni tampoco está asociada a un tiempo de sufrimientos, dolencias o padecimientos, y es que la Sexalescencia ha termi-

nado con todos los estereotipos de la vejez. Y en el terreno de la poesía, los Sexalescentes podemos desarrollarnos mejor, porque la poesía requiere introspección, imaginación, creatividad y mucho entusiasmo para vivir y recrear todo lo que observamos y escuchamos. El aprendizaje es un acto que nos ha acompañado durante toda la vida:

“Aprendimos a llorar desde el momento en que nacimos, y hemos aprendido a comer, a caminar, a hablar, a leer, a escribir, a jugar, y mil cosas y actividades necesarias para nuestra vida cotidiana”

¡Queridos colegas: Vivamos alertas para observar el mundo maravilloso que nos rodea y permitir que nuestros sentidos se regocijen al percibir todo lo bello que la naturaleza nos ofrece!

Amir Gómez León
Integrante del ANIP de la
SMGE de Cdmx